

# 柏葉

平成27年5月27日発行  
上越市立牧中学校  
電話：025-533-5023  
e-mail:maki-j@jorne.or.jp

## 健康な心&体で学校生活を…！

寄贈いただいた防災頭巾をかぶって記念撮影！



生徒会による募金活動の様子



ゴールデンウィーク明けは、夏を思わせるような好天が続いていますが、ストーブが恋しくなるような朝晩もあり、体調管理が難しいところです。そんな中ですが、子どもたちは、元気いっぱい笑顔いっぱい、学習や運動に取り組んでいます。

先日、中間テストが終わりました。1年生は初めてということもあり、勉強の仕方や教科独自の課題などに戸惑う様子もありましたが、徐々に要領を得ながら頑張っていました。一方、2、3年生は昨年度の反省を生かしながら計画的に学習を進めたようです。さて、結果は？ 満足できる結果を出せた人もそうでなかった人も、「結果を受け止め、これからどうするか」が大切です。テスト返しが続いていたある日、カメラをもって教室を回ってみたところ、教師の話に真剣に耳を傾ける子どもたちの姿がありました。とてもうれしい気持ちでシャッターを切りました。

学校では、子どもたちが心も体も健康に育つことを願って教育活動を進めています。保護者や地域の皆様からも、子どもたちの健康状態や活躍する様子をご覧いただければと思います。



校長講話から **燈燈代代**とは **命をつなぐこと**

自分の番  
いのちのバトン

父と母で二人  
父と母の両親で四人  
そのまた両親で八人

こうして数えてゆくと  
十代前で、千二十四人  
二十代前では、千四百人  
なんと、百万人を超すんです

過去の無量の  
いのちのバトンを  
受けついで  
いま、ここに  
自分の番を生きている  
それがあなたのいのちです  
それがわたしのいのちです



3年生が教育実習生から、茶道を通して「和の心」を学びました。仲間に見守られながら代表として初体験した抹茶の味。その苦さに思わず顔をしかめる場面も……。



グッドマナー  
チーム賞



牧小学校の運動会に参加させていただき、小学生と一緒に競技したり演奏したりする元気な中学生。



第1回生徒総会を行いました。よりよい学校生活を送るための専門委員会や部活動の年間活動計画・予算案を中心とした慎重審議を経て、生徒主体の活動が始まります。



バレー部が石川県で行われた第15回チャレンジカップ大会に参加した際、その素晴らしい参加態度が認められ、「国立能登青少年交流の家」の方から直々に盾(右上写真参照)を授与されました。

地域の皆様から今年も防災頭巾をいただきました。「実際に使う機会はない方がよい!」と思いながらも、訓練などでも有効に使わせていただきます。ありがとうございました。



執行委員を中心に地域に出かけての募金活動。全国にもっと緑を増やすための協力を呼びかけました。



内臓の動きを活発にするためにも、学習能率を上げるためにも、「歯」の健康はとても大切です。1年生は歯科衛生士から「歯の健康」について指導を受け、自分の歯磨き状況を確認しました。



また、保健給食委員会が中心となり、自分たちが調べた結果を発表したり、「歯のクイズ」で全校の意識を高めたりした上で、歯磨き強調週間を訴えました。



病気の早期発見のために血液中の糖分とあぶらを調べます。良い血液を作るには、食事と運動、睡眠が大切です！



牧区では、未来を担う子どもたちの健康のために血液検査を実施していただいています。保健師からのペットボトルを血管に見立てた具体的説明を受けながら、よい血液を作るために大切なことを教えていただきました。



総合的な学習の時間「ようこそ先輩」という授業で、牧区で働いていらっしゃる3名の先輩をお招きしました。進路を選択する際の悩みや葛藤、職業に対する思い、働く喜びや辛さ、そして牧区の将来についてのお考えなど、「商業」「農業」「福祉」に携わるそれぞれのお立場から素晴らしいお話を伺いました。生徒からの質問にも丁寧にお答えいただき、貴重な時間となりました。

やるき・げんき・ほんき・まき・だいすき・いわき・よしき

「燈燈代代」(とうとうたい)とは、命をつなぐことです。今ここにいる私たちの命は、親からだけでなく、ずっと前のご先祖様から引き継がれてきた大切なものなのです。だから、私たちはその命を大切に受け継ぎ次につなげていかななくてはならないのです。

人とかかわりの中では、楽しいことや嬉しいことばかりではありません。嫌なことや辛いこともあります。でも、相手を傷つけてはいけなし、自分を傷つけてもいけないのです。

全体を100とすると、苦しい(=9×4)のは36でハッハと笑う(=8×8)のは64。楽しい日の方が多いです。辛いことに打ち勝つ心を鍛えるとともに、一緒に頑張ってくれる仲間を増やしてほしいのです。そして、あなたの命をしっかりと燃やし、次の世代へとつないでください。



やるき・げんき・ほんき・まき・だいすき・いわき・よしき

## ♡ 夏を前に、お願い3点 ♡

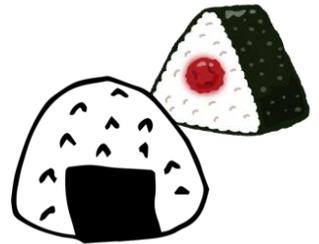
- ①すでに移行期間に入っていますが、6月1日(月)から制服・体育着ともに夏服へ衣替えします。肌寒い日もあるかと思いますが、下着などで工夫いただきますようお願いいたします。
- ②熱中症予防の水分補給についてのお願いです。校外での活動がある場合は、水筒に入れた「水」「お茶」「スポーツ飲料」のいずれかを必ず持参してください。校内での通常授業の場合は、天候などを家庭で判断し、必要に応じて持参させてください。
- ③春の健康診断・教育相談が一通り終わりました。体も心も健康であることが有意義な学校生活に繋がります。「治療勧告」を受けた人は早めに受診してください。具体的な症状がなくても「だるい」「イライラする」「悩みがある」という場合は、お子さんでも保護者でもよいので、保健室へ気軽に声を掛けてください。

## 家族で作ろう「おにぎりの日」!

牧中学校では、絆づくりの1つの取組として、6月6日(土)の牧っこ探検隊の日を、「家族で作ろう『おにぎりの日』」に設定しました。

子どもたちは、自分が作ったおにぎりを持参します。各地区で保護者や地域の方と一緒に活動した後は、家族と一緒に作ったおにぎり地域の方から作ってくださった愛情たっぷりのお汁を食べながら、「家族の素晴らしさ」そして「牧の素晴らしさ」を再発見してほしいと考えています。

小学校でも同様の声かけをさせていただいています。この機会を利用して、参加者と牧っこが、また参加者同士が、今まで以上に「絆」を深めていただけたらと思います。



## 6月の予定

3日(水)	上越合同各種大会①	15日(月)	部活動停止(~18日)
4日(木)	上越合同各種大会② 1, 2年) プール清掃	17日(水)	生徒集会
5日(金)	英語検定①	18日(木)	期末テスト1日目
6日(土)	牧っこ探検隊 (詳細は別紙) <u>家族で作ろう「おにぎりの日」</u>	19日(金)	期末テスト2日目 3年) 平和の担い手養成講座
8日(月)	振替休業日	22日(月)	地区大会壮行式 (公開)
9日(火)	血液検査	時間は14:45-15:30の予定です。 是非ご来校いただき、一緒に応援していただければ幸いです。	
10日(水)	全校集会	23日(火)	上越地区陸上大会1日目
12日(金)	専門学校訪問 お弁当	24日(水)	上越地区陸上大会2日目
		25日(木)	全校集会